

# HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN KB SUNTIK 3 BULAN DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN AKSEPTOR KB DI PUSKESMAS GROGOL

Mujiyanti<sup>1)</sup>, Wijayanti<sup>2)</sup>, Christiani Bumi P<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Mahasiswa Sarjana Kebidanan, Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2) 3)</sup>Dosen Sarjana Kebidanan, Universitas Kusuma Husada Surakarta

\*email: mujiyanti2401@gmail.com

## ABSTRAK

Indonesia memiliki cara untuk mengelola pertumbuhan penduduk yaitu dengan melakukan program KB. Kontrasepsi suntik merupakan salah satu yang memperoleh minat yang lumayan banyak. Penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulanan memiliki efek samping yaitu perubahan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami korelasi lamanya pemakaian KB suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan penerima KB di Puskesmas Grogol.

Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dan merupakan contoh penelitian observasional analitik atau penelitian survei analitis. Sampel penelitian adalah 38 peserta yang mendapatkan kontrasepsi suntik selama 3 bulan di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo. Data primer dan sekunder digunakan dalam penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner. Analisis bivariat dan univariat digunakan dalam pendekatan analisis data. Analisis bivariat menggunakan uji Chi Square.

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa: 1) Masyarakat yang menerima suntik KB 3 bulan di Puskesmas Grogol berusia antara 20-35 tahun (89,5%), berpendidikan SMA (63,2%), dan ibu rumah tangga (44,7%). 2) Di Puskesmas Grogol, sebagian besar masyarakat yang menggunakan KB suntik 3 bulan telah menggunakannya lebih dari 2 tahun (55,3%). 3) Di Puskesmas Grogol, sebagian besar masyarakat yang menerima suntik KB 3 bulan mengalami kenaikan berat badan (78,9%). 4) Pertambahan berat badan penerima KB di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo memiliki korelasi dengan lamanya penggunaan KB suntik 3 bulan ( $0,006 < 0,005$ ).

Kesimpulan penelitian ini yaitu adanya korelasi lamanya waktu pemakaian KB suntik 3 bulan dengan perubahan berat badan ibu hamil penerima KB di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo

Kata kunci: KB suntik 3 bulan, berat badan, akseptor

## ABSTRACT

*Indonesia has a way to manage population growth, namely by implementing a family planning program. Injectable contraception is one that has received quite a lot of interest. The use of 3-monthly injectable contraception has side effects, namely changes in body weight. This study aims to understand the correlation between the duration of use of 3-monthly injectable contraception and changes in the body weight of recipients of contraception at the Grogol Health Center.*

*This study used a cross-sectional design and is an example of analytical observational research or analytical survey research. The research sample was 38 participants who received injectable contraception for 3 months at the Grogol Health Center, Sukoharjo Regency. Primary and secondary data were used in the study. The research instrument used was a questionnaire. Bivariate and univariate analysis were used in the data analysis approach. Bivariate analysis used the Chi Square test.*

*The results of the study showed that: 1) People who received 3-monthly contraceptive injections at the Grogol Health Center were between 20-35 years old (89.5%), had high school education (63.2%), and were housewives (44.7%). 2) At the Grogol Health Center, most people who use 3-month injections have used them for more than 2 years (55.3%). 3) At the Grogol Health Center, most people who receive 3-month injections experience weight gain (78.9%). 4) Weight gain of KB recipients at the Grogol Health Center, Sukoharjo Regency is correlated with the duration of use of 3-month injections ( $0.006 < 0.005$ ).*

*The conclusion of this study is that there is a correlation between the duration of use of 3-month injections and changes in the weight of pregnant women receiving KB at the Grogol Health Center, Sukoharjo Regency.*

*Keywords: 3-month injections, weight, acceptors*

## **PENDAHULUAN**

Keluarga Berencana (KB) merupakan upaya untuk mengontrol pertumbuhan penduduk di Indonesia. Dalam upaya melindungi kesejahteraan keluarga, Keluarga Berencana adalah suatu cara yang disengaja oleh manusia untuk mengendalikan kehamilan dalam keluarga tanpa melanggar syarat moral atau hukum dalam Pancasila. Program keluarga berencana akan membatasi pertumbuhan penduduk guna meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan keluarga (Maritalia, 2017).

Kontrasepsi adalah suatu metode untuk mencegah pembuahan dengan tujuan menjarangkan kehamilan, menentukan jumlah anak yang akan dimiliki, dan meningkatkan kesejahteraan keluarga untuk memberikan perawatan dan pendidikan terbaik kepada anak-anak. Semua metode kontrasepsi mempunyai kelebihan dan kekurangan terkait dengan berapa lama digunakan. Namun bahkan setelah mempertimbangkan manfaat dan kerugian dari setiap bentuk kontrasepsi yang tersedia, masih terdapat tantangan dalam mengelola kesuburan secara aman dan efisien dengan metode yang dapat diterima pada tingkat individu dan budaya di berbagai tingkatan (Unti dan Novitasari, 2016).

Dengan menggunakan alat kontrasepsi, program keluarga berencana berupaya menurunkan jumlah kehamilan. Metode KB yang saat ini tersedia di Indonesia adalah sebagai berikut: Metode Amenorea laktasi (MAL), Metode KB Alami (KBA),

Senggama Terputus, Metode Barrier, Kontrasepsi Kombinasi, Kontrasepsi Progestin, Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (IUD) dan Kontrasepsi Tetap (Wardani, et al., 2019). Di Indonesia, alat kontrasepsi hormonal, seperti suntikan, pil, dan implan, masih menjadi alternatif kontrasepsi yang paling populer. Sebagai perbandingan, strategi program keluarga berencana pemerintah lebih menekankan pada penggunaan kontrasepsi non-hormonal, termasuk vasektomi, tubektomi, dan IUD. Program ini mendasarkan rekomendasi penggunaan alat kontrasepsi non hormonal yang dinilai lebih efektif pada faktor ekonomi (Bakri, 2019).

Berdasarkan Profil Kesehatan Ibu dan Anak tahun 2022, 55 dari 100 pasangan usia subur (PUS) yang berusia 15 hingga 49 tahun menggunakan keluarga berencana (KB) dengan teknik konvensional. Pada tahun 2022, metode kontrasepsi yang paling populer antara lain kontrasepsi suntik (56,01%), pil (18,18%), susuk KB/implan (9,49%), IUD/AKDR/spiral (8,35%), sterilisasi wanita/WOW (3,66%), kondom (2,06%), pantang berkala/kalender (1,39%), lainnya (0,40%), sterilisasi pria/MOP (0,24%), metode menyusui alami (0,13%), dan intravag/kondom wanita (0,08%) (Badan Pusat Statistik, 2023).

Data tersebut menunjukkan bahwa peserta KB lebih banyak memilih metode kontrasepsi jangka pendek dibandingkan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP). Prevalensi peserta KB

di Propinsi Jawa Tengah adalah sebesar 60,7% dengan rincian pengguna kontrasepsi antara lain kondom 2,6%, suntik 61,9%, pil 9,7%, IUD/AKDR 9,1%, MOP 0,3%, MOW 5,1%, implan 11,3%, dan MAL 0,1% (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Sementara itu pengguna KB di Kabupaten Sukoharjo tahun 2021 adalah IUD 11,7%, MOW 4,9%, MOP 0,1%, Kondom 1,5%, Implan 9,7%, Suntik 66,0%, dan Pil 6,1% (BPS Jawa Tengah, 2023).

Kontrasepsi suntik merupakan salah satu jenis alat kontrasepsi yang banyak diminati. Kontrasepsi suntik 3 bulan menawarkan manfaat namun juga membawa risiko dampak buruk bagi penggunanya. Penggunaan KB suntik 3 bulan memiliki beberapa manfaat, seperti sangat efektif, mencegah kehamilan jangka panjang, tidak berpengaruh pada hubungan suami istri, tidak mengandung estrogen sehingga tidak berpengaruh signifikan terhadap penyakit jantung atau pembekuan darah, tidak berpengaruh pada produksi ASI, memiliki sedikit efek samping, dan aman digunakan oleh wanita di atas usia 35 tahun hingga perimenopause. Di sisi lain, fluktuasi libido, rambut rontok, depresi, keputihan, jerawat, gangguan menstruasi, rambut rontok, dan yang terpenting, perubahan berat badan merupakan efek samping atau dampak buruk yang sering dilaporkan. Dalam tahun pertama penggunaan, terjadi peningkatan rata-rata berat badan kurang dari 1 kg menjadi 5 kg, atau 11 pon atau 5,5 kg, dan peningkatan lemak tubuh sebesar 3,4% setelah tiga tahun pengobatan (Zubaidah, 2021).

Efek samping utama dalam penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan adalah perubahan berat badan. Fluktuasi berat badan penerima KB suntik dipengaruhi oleh kuatnya hormon progesteron yang mengaktifkan hormon hipotalamus yang bertanggung jawab terhadap nafsu makan. Tubuh akan mendapat lebih banyak nutrisi dari biasanya jika rasa lapar lebih tinggi dari biasanya. Progesteron adalah hormon yang mengubah kelebihan nutrisi menjadi lemak, yang kemudian disimpan di bawah kulit.

Konversi karbohidrat menjadi lemak mengakibatkan penumpukan lemak ekstra yang menjadi penyebab perubahan berat badan. KB suntik 3 bulan dari DMPA menawarkan banyak manfaat dalam pengendalian populasi. Namun fluktuasi berat badan menyebabkan banyak wanita berhenti menggunakan alat kontrasepsi DMPA (Febriani & Ramayanti, 2020)

Salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan masyarakat terhadap metode KB adalah isu efek samping yang ditimbulkan. Tentu saja, ada efek samping yang terkait dari dua bentuk alat kontrasepsi yang paling sering digunakan yaitu suntik dan pil. Pertambahan berat badan merupakan efek samping yang paling banyak menimpa pasien, yaitu sebesar 2,6% pada penerima suntik dan 1,6% pada penerima pil. Permasalahan pertambahan berat badan pada akseptor suntik lebih banyak daripada jenis kontrasepsi lain (Pratiwi, et al., 2023).

Kandungan hormon progesteron pada hormon sintetik Depo Medroksy Progesterone Acetate (DMPA) yang digunakan sebagai metode KB suntik 3 bulan mempercepat metabolisme pengubah karbohidrat dan gula menjadi lemak, meningkatkan lemak subkutan, dan menurunkan aktivitas fisik. Hal ini berdampak pada perubahan berat badan. Selain itu, hormon progesteron (DMPA) meningkatkan rasa lapar dengan merangsang area hipotalamus yang mengontrol nafsu makan (Handayani & Perwiraningtyas, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo dengan wawancara kepada 10 akseptor KB suntik diperoleh kesimpulan bahwa 8 dari 10 perempuan penerima KB suntik mengalami perubahan berat badan, khususnya pertambahan berat badan yang berkisar 3 kg sampai 5 kg lebih setelah menggunakan alat kontrasepsi suntik 3 bulan dengan rata-rata kurun waktu 6 bulan. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka penulis bermaksud melaksanakan penelitian dengan judul

“Hubungan Lama Penggunaan KB Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan Akseptor KB di Puskesmas Grogol”.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dan merupakan contoh penelitian observasional analitik atau penelitian survei analitis. Sampel penelitian adalah 38 peserta yang mendapatkan kontrasepsi suntik selama 3 bulan di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo. Data primer dan sekunder digunakan dalam penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner. Analisis bivariat dan univariat digunakan dalam pendekatan analisis data. Analisis bivariat menggunakan uji *Chi Square*

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik

Karakteristik	Jumlah Responden	Persentase
<b>Umur</b>		
< 20 Tahun	0	0,0%
20-35 Tahun	34	89,5%
> 35 Tahun	4	10,5%
<b>Pendidikan</b>		
SLTP	9	23,7%
SLTA	24	63,2%
Diploma	3	7,9%
Sarjana	2	5,3%
<b>Pekerjaan</b>		
IRT	17	44,7%
PNS	2	5,3%
Wiraswasta	8	21,1%
Pegawai Swasta	11	28,9%

Tabel 1 menampilkan data yaitu responden yang paling banyak adalah berusia 20-35 tahun 34 orang (89,5%), berpendidikan SLTA 24 orang (63,2%), dan IRT 17 orang (44,7%).

### Penggunaan KB Suntik 3 Bulan

Tabel 2 Penggunaan KB Suntik 3 Bulan

No	Penggunaan KB Suntik	Jumlah	Persentase
1	> 2 Tahun	21	55,3%
2	< 2 Tahun	17	44,7%
	Jumlah	38	100,0%

Tabel 2 menyajikan data bahwa mayoritas ibu akseptor telah menggunakan KB suntik 3 bulan lebih dari 2 tahun sebanyak 21 orang (55,3%).

### Kenaikan Berat Badan

Tabel 3 Kebaikan Berat Badan

Kenaikan	Frekuensi	Persentase
Naik	30	78,9%
Tidak Naik	8	21,1%
Total	38	100,0%

Tabel 3 menyajikan data bahwa mayoritas akseptor KB suntik 3 bulan mengalami kenaikan berat badan yaitu 30 orang (78,9%)

### Analisis Bivariat

Tabel 4 Analisis Bivariat

	Naik		Tidak Naik				
	n	%	n	%			
Penggunaan > 2 tahun	20	52,6%	1	2,6%	21	55,3%	0,006
KB < 2 tahun	10	26,3%	7	18,4%	17	44,7%	
Total	30	78,9%	8	21,1%	38	100,0%	

Berdasarkan tabel 4 dapat disebutkan bahwa akseptor yang memakai KB suntik 3 bulan lebih dari 2 tahun yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 20 orang (52,6%), dan yang tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 1 orang (2,6%). Akseptor yang memakai KB suntik 3 bulan kurang dari 2 tahun yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 10 orang (26,3%), dan yang tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 7 orang (18,4%).

Berdasarkan hasil analisis didapatkan nilai Sig. 0,006 ( $p \leq 0,05$ ) yang bermakna bahwa ada hubungan lama penggunaan KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan

ibu hamil akseptor KB di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo.

## **PEMBAHASAN**

### **Karakteristik Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Grogol**

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa, masyarakat yang menerima suntik KB 3 bulan di Puskesmas Grogol berusia antara 20-35 tahun (89,5%). Dibandingkan dengan paritas, kekayaan, pekerjaan, dan pendidikan, faktor yang paling mempengaruhi tingginya persentase masyarakat yang menggunakan KB suntik 3 bulan adalah usia (Setyoningsih, 2020). Usia mempunyai pengaruh terhadap akseptor kontrasepsi. Usia dapat digunakan untuk menentukan tahapan penggunaan kontrasepsi yang tepat. Menunda kehamilan dapat dilakukan pada rentang usia di bawah 20 tahun, menjarangkan kehamilan dapat dilakukan pada rentang usia 20 hingga 35 tahun, dan mengakhiri kesuburan dapat dilakukan pada rentang usia di atas 35 tahun. Kontrasepsi suntik dipilih oleh responden karena manfaat praktisnya, termasuk kemudahan penggunaan, kemanjuran, dan tidak adanya kekhawatiran akan kehilangan ingatan. Bila digunakan secara konsisten dan sesuai jadwal yang ditentukan, kontrasepsi suntik cukup efektif. Pemberian suntikan ulang tepat waktu bergantung pada kepatuhan akseptor; jika dilakukan secara tidak benar, efektivitas kontrasepsi dapat berkurang. Jika akseptor terlambat untuk menyuntik kembali, pengobatan KB suntik tidak akan berhasil (Septianingrum, et al., 2018).

Hasil studi memperlihatkan jika ibu akseptor KB suntik 3 bulan mayoritas berpendidikan SMA sebanyak 24 orang (63,2%). Pengetahuan dan pemahaman materi mengenai KB suntik 3 bulan dan dampaknya cukup bagi mereka yang berlatar belakang SMA atau program pendidikan sederajat. Seseorang akan lebih mudah memperoleh pengetahuan dan mempunyai pengalaman yang lebih luas terhadap masalah kesehatan jika mempunyai tingkat pendidikan yang lebih

tinggi. Pilihan yang diambil dalam hal ini adalah menggunakan alat kontrasepsi suntik 3 bulan. Tingkat pendidikan akseptor juga mempengaruhi tingkat keahliannya. Sebab, pemahaman seorang akseptor dalam menggunakan KB sangat berperan penting dalam menentukan bagaimana mereka akan bertindak ketika menggunakan KB suntik (Musyayadah, et al, 2021).

Berdasarkan temuan penelitian, 17 orang (44,7%) dari total orang yang menerima suntik KB 3 bulan adalah ibu rumah tangga. Pekerjaan berdampak pada pertumbuhan berat badan akseptor karena berhubungan langsung dengan tingkat aktivitas sehari-hari akseptor. Karena mayoritas pekerja dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga, tingkat aktivitas yang lebih tinggi memerlukan asupan energi yang lebih tinggi, sehingga kenaikan berat badan tetap terkendali (Zubaidah, 2021).

### **Lama Penggunaan KB Suntik 3 Bulan di Puskemas Grogol**

Berdasarkan hasil penelitian, 21 peserta (55,3%) telah menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan atau lebih selama 2 tahun, dan sebanyak 17 orang (44,7%) menggunakan KB suntik 3 bulan selama kurang dari 2 tahun. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa 21 orang (55,3%) yang merupakan ibu akseptor telah menggunakan alat kontrasepsi suntik 3 bulan atau lebih dalam jangka waktu 2 tahun.

Menurut Hartanto (2019), KB suntik merupakan salah satu alat kontrasepsi yang dipilih para ibu karena terjangkau, mudah digunakan, dan efektif. karena semakin banyak orang yang menggunakan kontrasepsi suntik selama lebih dari satu tahun, masyarakat mulai menerima metode ini, karena diperkirakan 500.000 pasangan menggunakannya untuk menghindari kehamilan. Penggunaan cukup mudah menggunakan KB suntik 3 bulan, dan mereka tidak mengalami kesulitan keuangan karena murah, mudah dihentikan kapan saja, dan bisa sering digunakan. Keunggulan KB suntik antara lain khasiatnya yang tinggi,

kemudahan penggunaannya, kemampuannya mencegah kehamilan jangka panjang, tidak terlalu mencolok terhadap dinamika suami istri, dan cocok untuk wanita di atas usia 35 tahun dan pramenopause (Arum, 2018).

Karena kontrasepsi suntik 3 bulan mudah digunakan, hanya memerlukan suntikan setiap tiga bulan sekali, dan tidak memerlukan pengingat pengobatan, maka responden yang telah menggunakannya dalam jangka waktu lama biasanya melaporkan perasaan puas dan nyaman saat menggunakannya. Banyak akseptor KB suntik 3 bulan melaporkan merasa nyaman dengan alat tersebut, menyadari dampak negatifnya, dan tidak ingin menggunakan bentuk kontrasepsi alternatif. Hal ini menjelaskan mengapa banyak akseptor menggunakannya dalam jangka waktu yang lama. Responden juga melaporkan bahwa mereka tidak merasa kesulitan dalam menggunakan KB karena mereka menganggap KB suntik 3 bulan sangat mudah digunakan dan menyenangkan (Handayani & Perwiraningtyas, 2019).

### **Kenaikan Berat Badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Puskesmas Grogol**

Berdasarkan penelitian, 30 orang (78,9%) yang mendapat KB suntik 3 bulan mengalami peningkatan berat badan dan 8 orang (21,1%) tidak mengalami peningkatan berat badan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan akseptor KB suntik 3 bulan yaitu 30 orang (78,9%) mengalami berat badan meningkat.

Menurut Sumantri (2018), peningkatan lemak tubuh menjadi penyebab meningkatnya berat badan. Faktor lingkungan memiliki hubungan dengan faktor pertumbuhan berat badan, seperti lokasi penerima di perkotaan dan kemudahan akses terhadap makanan cepat saji, serta kurangnya aktivitas fisik. Menurut Hartanto (2019), KB suntik 3 bulan mengaktifkan pusat hipotalamus yang bertugas mengendalikan nafsu makan, menyebabkan akseptor makan lebih banyak dari biasanya sehingga menyebabkan

banyak yang mengalami peningkatan berat badan.

Efek samping utama penggunaan KB suntik 3 bulan adalah fluktuasi berat badan. Faktor yang berdampak pada perubahan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan yakni hormon nafsu makan di hipotalamus yang dirangsang oleh hormon progesteron yang kuat. Tubuh akan mendapat lebih banyak nutrisi dari biasanya jika nafsu makan lebih tinggi dari biasanya. Hormon progesteron mengubah zat gizi yang berlebih menjadi lemak, yang kemudian disimpan di bawah kulit. Hasil konversi karbohidrat menjadi lemak mengakibatkan penumpukan lemak ekstra yang menjadi penyebab perubahan berat badan. KB suntik 3 bulan DMPA memberikan banyak manfaat dalam pengendalian populasi. Akan tetapi, banyak perempuan yang menyudahi penggunaan KB DMPA dengan alasan perubahan berat badan tersebut (Febriani & Ramayanti, 2020).

### **Hubungan Penggunaan KB Suntik 3 bulan dengan Kenaikan Berat Badan Akseptor KB di Puskesmas Grogol**

Menurut hasil penelitian didapatkan nilai Sig. 0,019 ( $p \leq 0,05$ ) secara statistik menjelaskan bahwa adanya hubungan antara lamanya pemakaian KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan ibu hamil akseptor KB di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Zubaidah (2021) yang menjelaskan bahwa adanya korelasi yang berdampak antara lama pemakaian KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan ibu akseptor KB suntik di Bidan Praktek Mandiri Wiwik Indriani di Kota Banjarbaru Utara. Hasil penelitian ini juga dikuatkan Pratiwi, et al (2023) yang menunjukkan adanya korelasi antara penggunaan KB suntik 3 bulan dengan penambahan berat badan pada akseptor.

Kandungan hormon progesteron pada hormon sintetik Depo Medroksy Progesterone Acetate (DMPA) yang digunakan sebagai metode KB suntik 3 bulan mempercepat metabolisme pengubah

karbohidrat dan gula menjadi lemak, meningkatkan lemak subkutan, dan menurunkan aktivitas fisik. Selain itu, hormon progesteron (DMPA) meningkatkan rasa lapar dengan merangsang area hipotalamus yang mengontrol nafsu makan (Zubaidah, 2021).

Durasi penggunaan KB suntik 3 bulan sangat berpengaruh terhadap perubahan berat badan. Kenaikan berat badan lebih mungkin terjadi pada KB suntik 3 bulan, namun hal ini tidak selalu terjadi karena penggunakanlah yang menentukan seberapa efektif metode KB suntik 3 bulan tersebut (Lena, et al, 2020).

### KESIMPULAN

1. Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Grogol adalah berusia 20-35 tahun (89,5%), berpendidikan SMA (63,2%), dan ibu rumah tangga (44,7%).
2. Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Grogol sebagian besar telah menggunakan KB suntik 3 bulan lebih dari 2 tahun (55,3%).
3. Akseptor KB suntik 3 bulan di Puskesmas Grogol sebagian besar mendapati berat badan meningkat (78,9%).
4. Terdapat hubungan antara durasi pemakaian KB suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo ( $0,006 < 0,005$ ).

### SARAN

1. Institusi Pelayanan Kesehatan  
Disarankan kepada petugas kesehatan harus berperan lebih aktif dalam mengedukasi masyarakat mengenai permasalahan kesehatan, khususnya mengedukasi para ibu yang akan memilih KB mengenai berbagai bentuk kontrasepsi serta kelebihan, kekurangan, dan dampak buruknya.
2. Bagi Responden  
Bagi ibu yang ingin menjadi akseptor KB untuk membuat keputusan yang lebih tepat mengenai jenis kontrasepsi yang akan digunakan. Waspadai

kelebihan, kekurangan, dan efek samping yang terkait dengan alat kontrasepsi yang akan digunakan.

### 3. Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan kajian tambahan mengenai aspek tambahan penggunaan kontrasepsi suntik.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arum S dan Sujiyatini, (2018). *Panduan lengkap pelayanan KB terkini*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Bakri, Z., Kundre, R., & Bidjuni, H. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Metode Kontrasepsi Pada Wanita Usia Subur Di Wilayah Kerja Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal Keperawatan*, 7(1)
- BPS Jawa Tengah (2023). *Jumlah Pasangan Usia Subur (PUS) dan Peserta KB Aktif Menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Tengah, 2019-2021*. Semarang: BPS
- Febriani, R., & Ramayanti, I. (2020). Analisis Perubahan Berat Badan Pada Pemakaian KB Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA). *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 5(1). <https://doi.org/10.36729/Jam.V5i1.317>
- Handayani, P., & Perwiraningtyas, P. (2019). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan Dengan Peningkatan Berat Badan Pada Akseptor KB. *Nursing News*, 4(1), 10.
- Hartanto. (2019). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan
- Maritalia, Dewi. (2017). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Edisi Kedua. Pustaka Pelajar. Yogyakarta

- Musyayadah, Z., Hidayati, I. R., & Atmadani, R. N. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Wanita Usia Subur Terhadap Pemakaian Alat Kontrasepsi Hormonal Suntik Di Puskesmas Kecamatan Lowokwaru, Malang. *Muhammadiyah Journal Of Midwifery*, 2(2)
- Pratiwi, RE; Pratamaningtyas, S; dan Rahayu, DE. (2023). Hubungan Pemakaian Kb Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor : Studi Literatur. *Indonesian Health Issue*. Volume 2 Nomor 1 Tahun 2023.
- Septianingrum, dkk. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingginya Akseptor KB Suntik 3 Bulan. *Jurnal Ners dan Kebidanan*. Vol. 5 No. 1. Pp. 15-19
- Setyoningsih, F. Y. (2020). Efek Samping Akseptor KB Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA) di BPM Fitri Hayati. *Jurnal Kebidanan*. Vol. 6. No. 3. Pp. 298-304
- Unti, WOSM; dan Novitasari, A. (2016). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Kenaikan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Mokoau Kendari Permai Tahun 2016. *Jurnal Gizi Ilmiah* Vol.3 No.1 Mei-Agustus 2016 Hal : 59 – 66
- Wardani, M. A. (2012) Gambaran Tingkat Self-Efficacy Untuk Menyusui Pada Ibu Primagravida. *Skripsi*. Universitas Indonesia: Fakultas Ilmu Keperawatan.
- Zubaidah. (2021). Hubungan Pemakaian KB Suntik 3 Bulan dengan Berat Badan di Praktek Mandiri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat* Vol . 9 Nomor. 2, Desember 2021.